

План-сетка смены SportStory в Греции

**Подробное описание некоторых мероприятий на стр. 2*

***Подробное описание спортивных мероприятий в конце документа*

27.05.19	28.05.19	29.05.19
Заезд	Тренинг знакомств «У самого синего моря»; Игра в волейбол	Игра на сплочение «Тайны дома объединяют»; Водное поло в бассейне
30.05.19	31.05.19	01.06.19
Квест на территории лагеря «Тропами аборигенов»; Эстафеты	Интеллектуально- творческая игра «Подводный мир», Вечерняя свечка; Тренировка по рукопашному бою	День защиты детей. Квест на пляже «Тайная операция»; Подвижные игры
02.06.19	03.06.19	04.06.19
Деловая психологическая игра «Потерпевшие кораблекрушение»; Тренировка по рукопашному бою	Детективное расследование «Спасение»; Тренировка по плаванию в бассейне	Конкурс фигур из песка «Море волнуется», Вечерняя свечка; Тренировка по рукопашному бою
05.06.19	06.06.19	07.06.19
День именинника «Владыка морской»; Игра в баскетбол	Экватор смены. Вечерняя свечка; Тренировка по рукопашному бою	Кинолекторий (Совместный просмотр фильма); Подвижные игры
08.06.19	09.06.19	10.06.19
День рекордов «Ты – морячка, Я – моряк»,	Интеллектуальная игра «Роза ветров»; Веселые старты	День самоуправления

Вечерняя свечка; Тренировка по рукопашному бою		
11.06.19	12.06.19	13.06.19
Ролевая игра «Морские дьяволы»; Тренировка по рукопашному бою	Игра-путешествие «Джуманджи», Вечерняя свечка; Тренировка по плаванию в бассейне	День спортивных чемпионатов; Матчевые встречи (волейбол, футбол, баскетбол)
14.06.19	15.06.19	16.06.19
Танцевальная битва; Тренировка по рукопашному бою	Стратегическая игра «Морской бой»; Подвижные игры	Вечер прощания с морем. Заключительная свечка; Тренировка по рукопашному бою
		17.06.19
		Отъезд

Подробное описание некоторых мероприятий

Вечер знакомств

Каждая смена в лагере – это новое увлекательное путешествие. Важным этапом каждого выезда является адаптационный период (первые три дня смены). То, как пройдёт это время у отряда во многом формирует дальнейшее протекание смены.

Вечер знакомств в SportStory – это мероприятие с доброй и дружелюбной атмосферой. На нём ребята не просто знакомятся друг с другом, но и с педагогами. Вечер знакомств – это игры и упражнения, направленные на знакомство и сплочение детского коллектива.

На этом мероприятии дети и подростки:

- В игровой форме узнают интересы друг друга
- Научатся быть внимательными к каждому человеку
- Увидят сходства между собой
- Осознают свою роль в группе
- Получат положительные эмоции
- Почувствуют себя частью большого коллектива

Благодаря проводимым играм и упражнениям:

- Дети сплотятся и подружатся
- Начнут доверять друг другу, познакомятся и заложат фундамент дружбы
- Сформируется благоприятная атмосфера, в которой дети будут чувствовать себя уютно и защищенно

Прогулка-знакомство с лагерем

Всем известно, что гулять полезно. А полезно проводить время на прогулке – ещё лучше.

Первая «прогулка-знакомство» по лагерю – это своего рода игровая экскурсия. Данная прогулка длится от 30 минут до 60 минут. На этой экскурсии дети и подростки встретятся с постройками и важными местами лагеря.

Прогулка знакомство:

- Поможет детям узнать, где находится столовая, медпункт, стадион и жилые корпуса в лагере
- Продолжит знакомство и укрепление коллектива в новой обстановке
- Поможет быстрее привыкнуть к новым условиям жизни в лагере
- Даст возможность детям в новой игровой форме взаимодействовать друг с другом и быстрее подружиться.
- Количество заданий зависит от пунктов назначения, к которым необходимо добраться детям (от 5 до 10).

Оформление отрядного уголка

Создание уюта в корпусе, где живут дети, является важным компонентом жизни в лагере. После того как дети расселились, познакомились, ребята продолжают погружаться в лагерную жизнь. На протяжении второго или третьего дня смены, проводятся занятия по 45 или 90 минут (в зависимости от возраста)

Во время мероприятия дети:

- Оформляют стенд в холле
- Украшают стены в стилистике темы смены
- Вырезают, клеят, мастерят

Это также позволяет решить несколько задач:

- Ускорить период адаптации в лагере
- Сплотить детский коллектив
- Научить детей создавать комфорт и уют вокруг себя
- Научить детей делать что-либо руками
- Пробудить творческий потенциал

Воспитательное мероприятие

Воспитательное мероприятие является частью той воспитательной работы, которую проводят на смене наши педагоги. Это комплекс воспитательных воздействий, материальных и духовных условий, помогающих в развитии личности ребенка, его положительных качеств. Мы используем данную форму работы для введения детей и подростков в тему смены.

Воспитательные мероприятия формируют:

- Образ самого себя (представление о себе, своих возможностях и ограничениях)
- Ценные мотивы (любопытность, мотивация к достижению успеха, уважение других людей)
- Ответственность за поступки

Благодаря воспитательным мероприятиям дети и подростки:

- Продолжат укреплять связи и отношения между собой
- Повзрослеют
- Начнут развивать аналитические способности, критическое мышление
- Научатся выражать свои мысли и чувства
- Начнут брать на себя обязательства и станут ответственнее
- Благодаря индивидуальным задачам станут самостоятельнее

Вечерняя свечка (или тематическая свечка)

Свечка – это мероприятие в отряде в особой атмосфере, когда ребята сидят в кругу на уютных пледах, в центре ставятся свечки (электрические) и обсуждается какая-либо тема.

На этом мероприятии можно:

- Обсудить любые проблемы, задать вопросы
- Подвести итоги дня
- Поделиться своими впечатлениями

Проведённая вечерняя свечка:

- Сгладит возможные конфликты и недопонимания между детьми
- Поможет адаптироваться к новым условиям в лагере

Цель свечей оргпериода состоит в знакомстве, адаптации и побуждении ребят к общению и совместной деятельности.

В самом разгаре смены основная цель огоньков - анализ и оценка совместной деятельности отряда и каждого его члена. Темы для свечек в лагере в середине смены зависят от задач, которые ставит перед собой педагог.

Тематические свечки в лагере можно провести в течение смены в зависимости от событий и логики.

Задачей огоньков итогового периода является подведение итогов смены. Каждый ребёнок должен проанализировать собственные изменения за период пребывания в лагере и увидеть и оценить перемены в других.

Каждая из свечек в лагере проходит душевно и сопровождается совместными действиями. Каждый из участников должен чувствовать себя полноценным членом коллектива, мнение которого ценится и уважается.

Тематический день

Тематический день – это день, в котором с утра и до вечера проводятся мероприятия на заданную тему. Это может быть «День смеха», «День самоуправления», «День ангела», «День наоборот» и так далее.

Программа дня может включать различные направления деятельности:

- Интеллектуальное (викторины, игры)
- Трудовое (трудесанты, работа в творческих мастерских)
- Творческое (конкурсы, концерты)
- Спортивное (соревнования, эстафеты)
- Организаторское (советы дел, ведущие, оргкомитет, члены жюри) и пр.

Благодаря проведению тематических дней у детей:

- Развиваются навыки, умения, личностные качества в рамках конкретно взятой темы
- Формируются новые знания, культурно-нравственные ценности ребят

Развивающие игры

Развивающие игры – это игры, на которых дети и подростки могут развить или усовершенствовать различные навыки и психические процессы.

Благодаря таким играм:

- Развивается мышление
- Тренируется память
- Развивается воображение
- Расширяется кругозор

В процессе игры дети:

- Получают новые знания
- Тренируют самообладание
- Преодолевают стеснение и замкнутость

Психологические тренинги (игры)

Психологический тренинг – это активная форма обучения и отработки навыков поведения, способствующих развитию личности. Знания и опыт, полученные на психологическом тренинге, можно использовать в реальной жизни. Иными словами, психологический тренинг – это тренировка жизни.

Благодаря участию в психологических тренингах происходит:

- Сплочение коллектива
- Развитие психических процессов (память, внимание, мышление и пр.)
- Формирование новых стратегий поведения (бесконфликтное общение, уважение к другим, умение найти решение в сложившейся ситуации и т.д.)
- Формирование уверенного поведения
- Активизация творческого потенциала

На тренингах ребята научатся:

- Выражать свои мысли
- Слушать и слышать окружающих
- Понимать себя и других
- Осознавать ответственность за свои мысли и поступки

Прощальный вечер

Прощальный вечер – это завершающее мероприятие лагерной смены. Проводится в разных формах: огонёк, свечка, игры и многое другое.

На таком вечере:

- Вспоминаются самые яркие моменты смены
- Подводятся итоги смены
- Создаётся эмоциональный настрой на отъезд
- Показывается значимость каждого ребенка в жизни отряда
- Сглаживается эмоциональное состояние в отряде связанное с отъездом детей из лагеря.

Во время «огонька» дети:

- Оставляют на память приятные пожелания друг другу
- Учатся анализировать и подводить итоги деятельности
- Почувствуют сопричастность к событиям и традициям в лагере
- Получают положительные эмоции

Мастер-класс

Мастер-класс – один из интересных методов практического обучения быстро научиться новой деятельности, как правило, творческой. В нашем лагере мы постоянно проводим такие занятия Это различные поделки из бумаги, выполненные различными техниками: квиллинг, оригами, бумагопластика, гофротрубочки, папье-маше, торцевания, декупаж и многое другое.

Мастер-классы могут длиться от 1 до 2 часов

Квиллинг – композиции из скрученных полосок бумаги, могут быть как фигурками, так и в виде картины (открытки).

Оригами – искусство складывания бумаги в различные фигурки. Существует как минимум 5 видов оригами.

Бумагопластика – техника очень похожа на скульптуру. Но, в бумагопластике все изделия внутри пусты, все изделия – оболочки изображаемого предмета.

Гофротрубочки – техника выполнения изделий, в которой для декорирования поверхностей или для создания объёмных фигур используют трубочки из гофрированной бумаги. Сжатая гофротрубочка хорошо держит форму и имеет множество вариантов исполнения и использования.

Папье-маше – техника, которая выполняется при помощи рваных кусочков бумаги и клея. При помощи этой техники можно создать композицию практически любой формы.

Торцевание – вид бумажного творчества, заключающийся в создании аппликативной мозаики, создаваемой из небольших кусочков гофрированной (креповой) бумаги.

Декупаж – техника декорирования салфетками с рисунком различных предметов (шкатулок, досок, свечей и пр.) с последующим покрытием лаком.

Благодаря мастер-классам дети:

- Развивают творческий потенциал
- Развивают мелкую моторику рук
- Учатся создавать необычные вещи для себя и других

Спорт на смене

Наша спортивная программа подходит как для начинающих спортсменов, так и для продвинутых. В начале смены дети делятся на группы, в зависимости от возраста и спортивной подготовки. Отталкиваясь от этого, у каждой группы свои цели и задачи.

Каждый ребенок, приезжая в лагерь, окунается в атмосферу спорта и получает необходимые знания и умения, которые пригодятся не только в его спортивном определении, но и в обычной повседневной жизни.

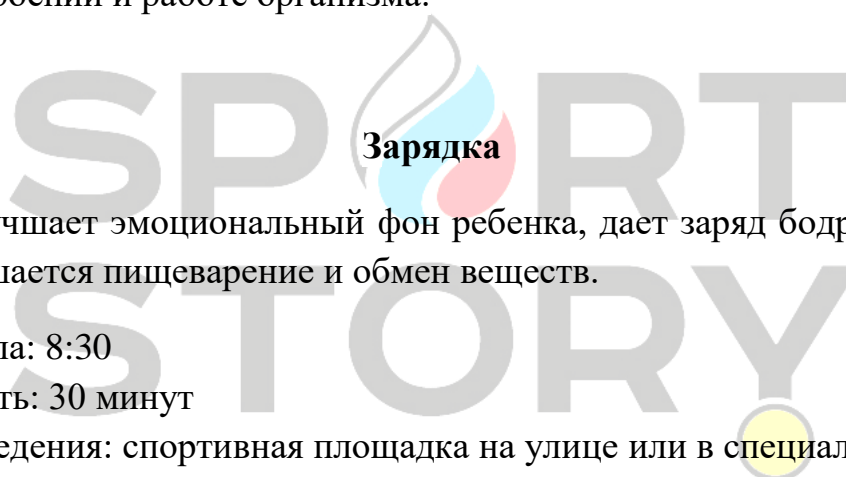
Сколько будет спорта за 21 день:

- **Ни одного дня без зарядки.** Хороший день начинается не с кофе, а именно с зарядки. Организм просыпается, запускается сердечно-сосудистая система, улучшается обмен веществ. Ребенок получает заряд бодрости на весь день и готовится к подвигам.
- **Более 30 часов командных и подвижных игр на свежем воздухе.** Ребенок учится работать в команде, взаимодействовать с другими ребятами, получает ощущение того, что от его действий зависит общий

результат, развивается чувство ответственности и дисциплинированность.

- **Более 20 часов тренировок по самообороне и рукопашному бою.** Ребенок научится простым, но эффективным приемам самозащиты. Узнает о том, в каких ситуациях можно пользоваться своей силой, а в каких нет.
- **Более 20 часов фитнеса.** Сюда входят общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка и кроссфит. Ребенок научится технично выполнять упражнения, правильно дышать во время физической активности, подготовится к сдаче нормативов ГТО. Успех можно будет отследить за счет тестов, проводимых в течение смены

За 21 день мы сформируем у ребенка привычку заниматься спортом и двигательной активностью. Все занятия направлены на укрепление здоровья, развитие заинтересованности в здоровом образе жизни, формирование знаний о строении и работе организма.



Зарядка улучшает эмоциональный фон ребенка, дает заряд бодрости на весь день. Улучшается пищеварение и обмен веществ.

Время начала: 8:30

Длительность: 30 минут

Место проведения: спортивная площадка на улице или в специальном оборудованном помещении (в зависимости от погодных условий)

Зарядка состоит из:

- Суставной разминки (локти, плечи, колени, таз, шея) и разминки больших групп мышц (ноги, спина, руки, грудной отдел). Это может быть бег, задания на координацию, приседания, отжимания, подтягивания, растягивание и т.д.
- Подводящих упражнений, необходимых для улучшения технического действия

Командные игры и подвижные игры с мячом

Командные игры развивают ловкость, координацию, общую выносливость. Играя в баскетбол, футбол, волейбол и другие игры, ребенок учится, как в шахматах, смотреть на несколько ходов вперед, выстраивать

тактику, молниеносно принимать решения, видеть поле и ребят, с которыми играет. В командных играх результат зависит от каждого человека в команде, что в дальнейшем еще больше сплачивает коллектив. После игр дети всегда анализируют произошедшие, видят моменты, из которых можно извлечь урок.

Время: в первой половине дня и вечером

Длительность: 1 час

Место проведения: спортивная площадка, футбольное поле, волейбольное поле, баскетбольная площадка

На тренировке:

- Разбор правил
- Общая разминка
- Игра
- Разбор результата игры

Тренировки по самообороне и рукопашному бою

На таких занятиях ребенок учится перемещаться по борцовскому ковру, стоять в стойке, осваивает ударную и бросковую технику. Благодаря этим тренировкам, дети получают базовые знания о самообороне, станут более уверенным в себе, улучшат физическую форму.

Время: в первой половине дня и вечером

Длительность: 60 или 90 минут в зависимости от подготовки

Место проведения: спортивный зал, оснащенный борцовским ковром

На тренировке:

- Суставная разминка
- Разбор технического действия
- Отработка технического действия
- Заминка (растягивание)

Фитнес

На фитнесе разбираются базовые упражнения, их техническое выполнение (приседания, отжимания, подтягивания). Делать их можно в разных вариациях и комбинациях с другими упражнениями, с утяжелением или без. Такие занятия приведут к улучшению физического состояния,

укреплению здоровья, дети узнают много нового о работе своего организма. Результат будет отслеживаться в течение смены на основе тестирования.

Время: в первой половине дня и вечером

Длительность: 1 час

Место проведения: специализированная площадка на улице или спортивный зал.

На тренировке:

- Суставная разминка
- Разбор техники выполнения упражнения
- Отработка упражнения

Контакты

vk.com/sportstorycamp

instagram.com/spbsportstory/

sport-story.camp/

+7 (812) 443-84-96

